

Maigrir vite et bien

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Type de support : Volume

Titre(s) : Maigrir vite et bien / Jacques Fricker ; avec le concours d'Anne Deville-Cavellin pour les recettes

Auteur(s) : Fricker, Jacques (1955-....)

Autre(s) responsabilité(s) : Deville-Cavellin, Anne (Collaborateur)

Mention d'édition : [Nouv. éd.]

Publication : Paris : Odile Jacob, DL 2002

Description matérielle : 1 vol. (278 p.) ; 22 cm

ISBN : 2-7381-1084-3

978-2-7381-1084-8

Classification décimale Dewey : 613.2/5

Note sur les bibliographies et les index : Bibliogr. p. [279]

Résumé ou extrait : Un programme de trois à huit semaines (maximum) pour commencer à perdre du poids de manière efficace. Un régime naturel, à base de protéines, de fruits et de légumes, mais sans féculents et sans (ou peu de) matières grasses. Quelques recettes ici et là

Sujet - Nom commun : Régimes amaigrissants